



Wtorek  
23 Lipca 2024,  
Lesko

**Dieta Podstawowa (1)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml,	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	Chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), kawa zabieleniana 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), arbus 100g, galaretko drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.

**Dieta Łatwo strawna(2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	Chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), kawa zabieleniana 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), arbus 100g, galaretko drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 3 posiłkowa (6)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> 150g (90g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), arbus 50g, galaretko drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g, herbata 250ml

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych 4 posiłkowa węglowodanów (6)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (90g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata	Chleb razowy 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), arbus 50g, galaretko drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g, herbata 250ml

	<p>lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml</p> <p>kanapka z jajkiem <b>(zboża zawierające gluten, jaja)</b></p>	
--	--	--

**Dieta ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów oraz nasyconych kwasów tłuszczowych(7)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>chleb razowy 100g <b>(zboża zawierające gluten)</b>, margaryna RAMA roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml <b>(zboża zawierające gluten, mleko, seler)</b>, ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (90g/70g) <b>(zboża zawierające gluten, jaja)</b>, surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml</p> <p>kanapka z jajkiem <b>(zboża zawierające gluten, jaja)</b></p>	<p>Chleb razowy 100g <b>(zboża zawierające gluten)</b>, margaryna RAMA roślinna 15g, arbuza 50g, galaretka drobiowa 150g <b>(seler)</b>, cytryna 10g, herbata 250ml</p>

**Dieta bogatobiałkowa(9)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>zupa mleczna z makaronem 350ml <b>(zboża zawierające gluten, mleko, jaja)</b>, bułka grahamka 100g <b>(zboża zawierające gluten)</b>, masło 10g <b>(mleko)</b>, szynka wędzarska z kija 80g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml <b>(zboża zawierające gluten, mleko, seler)</b>, ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (90g/70g) <b>(zboża zawierające gluten, jaja)</b>, surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kanapka z jajkiem <b>(zboża zawierające gluten, jaja)</b> kompot 250ml <b>(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</b></p>	<p>bułka grahamka 100g <b>(zboża zawierające gluten)</b>, masło 10g <b>(mleko)</b>, arbuza 100g, galaretka drobiowa 150g <b>(seler)</b>, cytryna 10g, herbata 250ml</p>

**Dieta łatwo strawna z ograniczeniem tłuszczu(3)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z makaronem 350ml <b>(zboża zawierające gluten, mleko, jaja)</b>, chleb pszenno-żytni 100g <b>(zboża zawierające gluten)</b>, margaryna RAMA 100% roślinna 10g, szynka wędzarska z kija 50 g, dżem 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa ryżowa 350ml <b>(zboża zawierające gluten, mleko, seler)</b>, ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (90g/70g) <b>(zboża zawierające gluten, jaja)</b>, marchewka gotowana 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml <b>(zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko)</b></p>	<p>Chleb pszenno - żytni 100g <b>(zboża zawierające gluten)</b>, margaryna RAMA 100% roślinna 10g, herbata 250ml, arbuza 100g, galaretka drobiowa 150g <b>(seler)</b>, cytryna 10g.</p>

**Dieta bezmleczna(11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
------------------------	--------------------	-----------------------

Zupa z zacierką bez zabielenia 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), chleb pszenno-żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Chleb pszenno - żytni 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, herbata 250ml, arbuź 100g, galaretkę drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.
--	--	---

**Dieta papkowata(12)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z makaronem 350ml (zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), łopatka wieprzowa gotowana 80g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 350ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka wieprzowa gotowana 50g, pomidor 50g, kawa zabielenia 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> )

**Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z makaronem 350ml (zboża zawierające <b>gluten, jaja</b> ), łopatka wieprzowa gotowana 80g, Masło 10g( <b>mleko</b> ), bułka pszenna 100g(zboża zawierające <b>gluten</b> ), Herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	Zupa bez zabielenia z kaszą jaglaną 350ml ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka wieprzowa gotowana 80g, pomidor 50g, kawa zabielenia 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> )

**Dieta bezglutenowa (11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z ryżem 350ml ( <b>mleko</b> ), chleb bezglutenowy 100g, masło 20g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 350ml ( <b>mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>jaja</b> ), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	Chleb bezglutenowy 100g, masło 20g ( <b>mleko</b> ), kawa zabielenia 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), arbuź 100g, galaretkę drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.

**Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczerek	Kolacja/Posilek nocny
chleb razowy 80g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna RAMA roślinna 100% 10g, szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ogórkowa z ryżem 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające</b>	Chleb razowy 80g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna RAMA roślinna 100% 10g, arbuź 50g, galaretkę drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna

	<b>gluten, jaja</b> ), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, herbata 250ml	10g. herbata 250ml
--	--	--------------------

**Dieta Podstawowa dzieci (P1)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), kawa zabieleniana 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko</b> ), arbuź 100g, galaretka drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.

**Dieta Podstawowa dzieci 70% (P1)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 245ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 14g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 35g, mix sałat 7g, pomidor 35g, herbata 175ml	Zupa ryżowa 245ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 105g (56g/49g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 84g, sałata lodowa 7g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, kompot 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 14g ( <b>mleko</b> ), kaw zabieleniana 175ml ( <b>mleko, zboża zawierające gluten</b> ), arbuź 84g, galaretka drobiowa 105g ( <b>seler</b> ), cytryna 7g.

**Dieta Podstawowa dzieci 50% (P1)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 25g, mix sałat 5g, pomidor 25g, herbata 125ml	Zupa ryżowa 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 75g (40g/35g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 60g, sałata lodowa 5g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, kompot 125ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), kawa zabieleniana 125ml ( <b>mleko, zboża zawierające gluten</b> ), arbuź 60g, galaretka drobiowa 75g ( <b>seler</b> ), cytryna 5g.

**Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), bułka	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), ), pulpet z łopatki	bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), kawa zabieleniana

pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 20g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kompot 250ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	250ml ( <b>mleko, zboża zawierające gluten</b> ), arbuź 100g, galaretka drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.
--	---	--

**Dieta Łatwo strawna dzieci 70% (P2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 245ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 14g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 35g, mix sałat 7g, pomidor 35g, herbata 175ml	Zupa ryżowa 245ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 105g (56g/49g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 84g, sałata lodowa 7g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, kompot 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 14g ( <b>mleko</b> ), kawa zabiellana 175ml ( <b>mleko, zboża zawierające gluten</b> ), arbuź 84g, galaretka drobiowa 105g ( <b>seler</b> ), cytryna 7g.

**Dieta Łatwo strawna dzieci 50% (P2)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa mleczna z makaronem 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b> ), bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), szynka wędzarska z kija 25g, mix sałat 5g, pomidor 25g, herbata 125ml	Zupa ryżowa 175ml ( <b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 75g (40g/35g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 60g, sałata lodowa 5g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, kompot 125ml ( <b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b> )	bułka pszenna 50g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), masło 10g ( <b>mleko</b> ), kawa zabiellana 125ml ( <b>mleko, zboża zawierające gluten</b> ), arbuź 60g, galaretka drobiowa 75g ( <b>seler</b> ), cytryna 5g.

**Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z zacierką bez zabiellania 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml	Zupa ryżowa 350ml ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) ( <b>zboża zawierające gluten, jaja</b> ), marchewka gotowana 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml	bułka pszenna 100g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna RAMA 100% roślinna 15g, herbata 250ml, arbuź 100g, galaretka drobiowa 150g ( <b>seler</b> ), cytryna 10g.

**Dieta Bezmleczna Dzieci 70%(P15)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
Zupa z zacierką bez zabiellania 245ml ( <b>zboża zawierające</b>	Zupa ryżowa 245ml ( <b>zboża zawierające gluten, seler</b> ),	bułka pszenna 70g ( <b>zboża zawierające gluten</b> ), margaryna

<p><b>gluten, jaja</b>), bułka pszenna 70g (<b>zboża zawierające gluten</b>), margaryna RAMA 100% roślinna 10,5g, szynka wędzarska z kija 35g, mix sałat 7g, pomidor 35g, herbata 175ml</p>	<p>pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 105g (56g/49g) (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), marchewka gotowana 84g, sałata lodowa 7g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, herbata 175ml</p>	<p>RAMA 100% roślinna 7,5g, <b>herbata 175ml</b>, arbuź 84g, galaretka drobiowa 105g (<b>seler</b>), cytryna 7g.</p>
---	--	--

**Dieta Bezmleczna Dzieci 50%(P15)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa z zacierką bez zabielenia 175ml (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), bułka pszenna 50g (<b>zboża zawierające gluten</b>), margaryna RAMA 100% roślinna 7,5g, szynka wędzarska z kija 25g, mix sałat 5g, pomidor 25g, herbata 125ml</p>	<p>Zupa ryżowa 175ml (<b>zboża zawierające gluten, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 75g (40g/35g) (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), marchewka gotowana 60g, sałata lodowa 5g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, herbata 125ml</p>	<p>bułka pszenna 50g (<b>zboża zawierające gluten</b>), margaryna RAMA 100% roślinna 7,5g,, <b>herbata 125ml</b>, arbuź 60g, galaretka drobiowa 75g (<b>seler</b>), cytryna 5g.</p>

**Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z ryżem 350ml (<b>mleko</b>), chleb bezglutenowy 100g, masło 20g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (<b>mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (<b>jaja</b>), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 100g, masło 20g (<b>mleko</b>), kawa zabielenia 250ml (<b>mleko, zboża zawierające gluten</b>), arbuź 100g, galaretka drobiowa 150g (<b>seler</b>), cytryna 10g.</p>

**Dieta Bezglutenowa Dzieci 70% (P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z ryżem 245ml (<b>mleko</b>), chleb bezglutenowy 70g, masło 14g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 35g, mix sałat 7g, pomidor 35g, herbata 175ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 245ml (<b>mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 105g (56g/49g) (<b>jaja</b>), surówka z czerwonej kapusty 84g, sałata lodowa 7g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 140g, herbata 175ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 70g, masło 14g (<b>mleko</b>), kawa zabielenia 175ml (<b>mleko, zboża zawierające gluten</b>), arbuź 84g, galaretka drobiowa 105g (<b>seler</b>), cytryna 7g.</p>

**Dieta Bezglutenowa Dzieci 50% (P11)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z ryżem 175ml (<b>mleko</b>), chleb bezglutenowy 50g, masło 10g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 25g, mix sałat 5g, pomidor 25g, herbata 125ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 175ml (<b>mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 75g (40g/35g) (<b>jaja</b>), surówka z czerwonej kapusty 60g, sałata lodowa 5g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 100g, herbata 125ml</p>	<p>Chleb bezglutenowy 50g, masło 10g (<b>mleko</b>), kawa zabielenia 125ml (<b>mleko, zboża zawierające gluten</b>), arbuź 60g, galaretka drobiowa 75g (<b>seler</b>), cytryna 5g.</p>

**Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C1)**

Śniadanie/II Śniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>zupa mleczna z makaronem 350ml (<b>zboża zawierające</b></p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (<b>zboża zawierające gluten,</b></p>	<p>bułka grahamka 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło</p>

<p><b>gluten, mleko, jaja</b>), bułka grahamka 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 10g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p><b>mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kanapka z jajkiem (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>) kompot 250ml (<b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b>)</p>	<p>10g (<b>mleko</b>) , arbuź100g, galaretka drobiowa 150g (<b>seler</b>), cytryna 10g.kawa zabiłana 250ml (<b>zboża zawierające gluten, mleko</b>)</p>
---	---	---

**Dieta Łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C2)**

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>zupa mleczna z makaronem 350ml (<b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b>), bułka grahamka 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 10g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (<b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany 150g (80g/70g) (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, kanapka z jajkiem (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>) kompot 250ml (<b>zboża zawierające gluten, gorczyca, soja, soja, seler, jaja, mleko</b>)</p>	<p>bułka grahamka 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 10g (<b>mleko</b>) , arbuź 100g, galaretka drobiowa 150g (<b>seler</b>), cytryna 10g.kawa zabiłana 250ml (<b>zboża zawierające gluten</b>)</p>

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C3)**

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>chleb razowy 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 20g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor 50g, herbata 250ml</p>	<p>Zupa ogórkowa z ryżem 350ml (<b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany150g (80g/70g) (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), surówka z czerwonej kapusty 120g, sałata lodowa 10g, ziemniaki z dodatkiem oleju roślinnego 200g, herbata 250ml kanapka z jajkiem (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>)</p>	<p>Chleb razowy 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 20g (<b>mleko</b>) , arbuź50g, galaretka drobiowa 150g (<b>seler</b>), cytryna 10g, herbata 250ml</p>

**Dieta Uboropurynowa**

Sniadanie/II Sniadanie	Obiad/Podwieczorek	Kolacja/Posilek nocny
<p>Zupa mleczna z makaronem 350ml (<b>zboża zawierające gluten, mleko, jaja</b>), chleb pszenno-żytni 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 20g (<b>mleko</b>), szynka wędzarska z kija 50g, mix sałat 10g, pomidor</p>	<p>Zupa ryżowa 350ml (<b>zboża zawierające gluten, mleko, seler</b>), ), pulpet z łopatki wieprzowej gotowany150g (80g/70g) (<b>zboża zawierające gluten, jaja</b>), marchewka gotowana 120g, sałata lodowa</p>	<p>Chleb pszenno - żytni 100g (<b>zboża zawierające gluten</b>), masło 20g (<b>mleko</b>) , kawa zabiłana 250ml (<b>mleko, zboża zawierające gluten</b>), arbuź 100g, galaretka drobiowa 150g (<b>seler</b>), cytryna 10g.</p>





1889,63	92,08	26,9	1712,15	6,58	42,39	291,32	13,04	12,52	56,73	263,25
---------	-------	------	---------	------	-------	--------	-------	-------	-------	--------

**Dieta bezmleczna(11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1866,38	77,04	24,73	1621,65	5,47	58,32	263,65	6,01	12,82	41,54	238,2

**Dieta papkowata(12)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1994,8	84,99	20,17	1558,36	3,79	69,21	266,47	4,82	23,81	44,59	246,12

**Dieta o zmienionej konsystencji –płynna wzmocniona (14)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2030,2	90,78	20,17	1762,96	4,3	70,44	266,77	4,82	24,33	44,59	246,42

**Dieta bezglutenowa (11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1860,64	76,99	26,91	1581,14	4,74	83,66	210,34	6,29	34,67	49,04	182,3

**Dieta ubogo energetyczna 1200 kcal (12)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1189,62	63,25	22,44	1169,3	3,75	38,9	147,02	5,05	9,41	18,99	123,86

**Dieta Podstawowa dzieci (P1)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1901,83	84,77	18,32	1252,9	4,52	73,82	234,77	6,66	32,89	44,77	215,74

**Dieta Łatwo strawna dzieci (P2)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1904,43	84,75	18,32	1245,5	4,5	73,31	234,78	6,66	33,12	44,78	215,54

**Dieta Bezmleczna Dzieci (P15)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1866,38	77,04	24,73	1621,65	5,47	58,32	263,65	6,01	12,82	41,54	238,2

**Dieta Bezglutenowa Dzieci (P11)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1860,64	76,99	26,91	1581,14	4,74	83,66	210,34	6,29	34,67	49,04	182,3

**Dieta podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C1)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2074,33	102	32,47	2118,82	6,07	71,12	272,07	8,25	25,26	51,74	238,68

**Dieta Łatwo strawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C2)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2062,83	102,79	30,59	2130,42	6,11	71,02	267,76	7,39	25,1	49,57	236,25

**Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji(C3)**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
2190,63	103,45	32,77	2094,36	6,96	87,17	248,21	6,15	35,2	36,86	214,07

**Dieta Ubogopurynowa**

Energia [kcal]	Białka [g]	Błonnik pokarmowy [g]	Sód [mg]	Sól [g]	Tłuszcze [g]	Węglowodany [g]	Glukoza [g]	Kwasy tłuszczowe nasycone(SFA) [g]	Cukier [g]	Węglowodany przyswajalne [g]
1968,83	84,27	24,74	1697,1	5,63	73,9	246,11	7	33,02	46,67	220,66

DIETETYK KLINICZNY  
mgr *[signature]* mus